

震災 20 年にあたり

1995 年 1 月 17 日に発生した阪神・淡路大震災は、地震の恐ろしさを痛感させるとともに、多くの教訓を残しました。また 2011 年 3 月 11 日に発生した東日本大震災は、その後の大津波や原発事故と重なったことにより私たちが今まで経験したことの無い甚大な被害となりました。日本は世界でも有数の災害大国ですが、防災対策は十分ではありません。特に障害者の安否確認や避難支援は、これまでほとんど対策が講じられておらず障害者の死亡率が、障害を持たない人の 2 倍（地域によっては 5～10 倍）という調査報告もあるようです。毎年さまざまな自然災害が発生し、尊い人命や財産が失われています。いつどこで起こるか分からない災害に対し、日ごろから備えをしておくことが重要であり、地域の絆を作ることによって災害による被害を最小限にとどめることができることをお互いが理解し、コミュニケーションを図っておくことが大切となります。

災害が起こったら

職場や外出先など、自宅から遠く離れた場所で被災したとき、家にすぐに帰れない「帰宅困難者」が続出すると考えられます。このような状況を想定し、職場から自宅まで歩いてみて、帰宅経路の確認や所要時間・途中で注意すべき場所や休憩ポイントなどを知っておくことが重要です。実際は、建物の倒壊や道路の遮断などによって、さらに時間がかかることが予想されます。普段から、街中の危険な場所を確認しておきましょう。災害は、家族が一緒にいるときに起こるとは限りません。いざというときも慌てず行動できるよう話し合い、避難所までの経路を、できるだけ複数路確認し、家の周辺を家族一緒に歩いてみましょう。

発生直後

自分の身を守る

- ・ 落ち着いて、丈夫なもので身体を隠す
- ・ 戸を開け、出入り口の確保をする
- ・ あわてて家の外に飛び出さない
- ・ 門や塀、自動販売機やビルには近づかない

1～2 分後

家族の安全を確認する

- ・ 厚手のスリッパや靴をはく
- ・ 火元の確認をする

5 分後

正しい情報を収集する

- ・ 災害用の通信手段を利用して安否の確認をする
(自治会や町内会へも安否報告を)

3 分後

隣近所に声をかける

- ・ 余震に注意し・津波から避難する
- ・ 漏電・ガス漏れに注意する
- ・ 出火していたら初期消火をする

自助・共助・公助

防災対策・災害対応を考えるうえで「自助・共助・公助」という考え方があります。

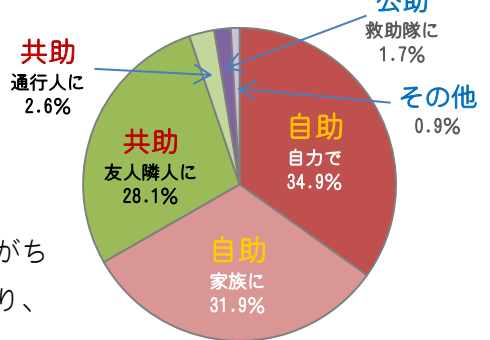
自助 → 自分（家族）の命を自分（家族）で守ること
またその備えをすること

共助 → 身近にいる人同士、互いに助け合って地域を守ること
またその備えをすること

公助 → 行政・警察・消防・ライフラインを支える各社による
応急・復旧対策活動

大規模災害であればあるほど「国が何とかしてくれるはず」と期待しがちですが、公助にも限界があります。まず自らが、その生命や財産を守り、そこから共助・公助に期待される役割を、地域や大きな団体・組織が行っていくという考えが、基本となります。

阪神・淡路大震災で生き埋めになった人たちが誰によって救出されたか？



出典：公益財団法人日本火災学会

備え

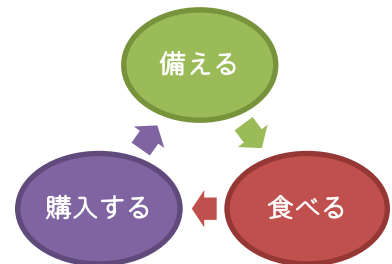
非常持出品（一次持ち出し品） 最初の一日をしのぐために必要なもの

- 現金（10円玉） □預金通帳 □印鑑 □保険証 □免許証 □鍵 □携帯 □懐中電灯 □乾電池
- ヘルメット・防災ずきん □厚手の手袋 □毛布 □缶切り □ライター・マッチ □ナイフ □カイロ
- 防寒ジャケット・雨具 □長袖・長ズボン □下着・靴下 □携帯用トイレ □アメ・チョコレート
- 救急箱 □持病の薬 □お薬手帳・処方箋の控え □乾パン □缶詰 □栄養補助食品 □飲料水
- ラジオ □老春手帳・母子手帳 □メガネ □補聴器 □入れ歯 □生理用品 □紙おむつ

備蓄品（二次持ち出し品） 避難生活を送る1週間を想定して準備しておくもの

- レトルト食品（ごはん・おかゆ）・アルファ化米 □インスタントラーメン・カップみそ汁 □飲料水
- 給水用ポリタンク □カセットコンロ □ティッシュペーパー・ウェットティッシュ □ラップフィルム
- 紙皿・紙コップ・割りばし □簡易トイレ □水のいらぬシャンプー □ビニール袋 □ロープ
- 工具セット □ほうき・ちりとり □ランタン □長靴

日持ちする缶詰やレトルト食品などを多め（通常の2倍程度）に購入し期限の切れるものから消費して、半分になったらまた買い足し備蓄する「ローリングストック」も有効です。



聴覚障害者災害救援奈良県本部

聴覚障害者災害救援奈良県本部は、以下の関係7団体で構成されています。

奈良県聴覚障害者協会 / 奈良県中途失聴・難聴者協会 / 奈良盲ろう者友の会「やまとの輪」
全国手話通訳問題研究会 奈良県支部 / 全国要約筆記問題研究会 奈良県支部
奈良県手話サークル連絡会 / 奈良県要約筆記サークル連絡会



お問い合わせはこちらまで
奈良県聴覚障害者支援センター
FAX 0744-21-7888 TEL 0744-21-7880

ご案内

◇3月23日（月）は、閉所させていただきます◇当紙カラー版は、センターのサイトに掲載しております